

URSACHE UND WIRKUNG

Zur Frage, weshalb Kinder das Rauchen anfangen, schrieb Grit Vollmer unter anderem über den Effekt von Tabakwerbung und Vorbildern in den Medien. (»Rauchfrei per Rezept« – Kasten »Frühe Karriere: So werden aus Kindern Raucher«, Heft 1-2/2007)

Michael Zeidler, Dresden: »Offenbar verleitet sogar das Kino Teenager zum Rauchen, wie Kinderärzte um James Sargent von der Dartmouth Medical School 2001 feststellten: Je öfter die über 4900 Probanden zwischen 9 und 15 Jahren rauchende Filmstars auf der Leinwand gesehen hatten, desto eher griffen sie auch selbst zum Glimmstengel.«

Diese Aussage am Schluss des Kastens halte ich für nicht zulässig, da sie sich zumindest aus der zitierten Studie nicht ableiten lässt. Denn natürlich achten rauchende Kinder und Jugendliche, die sich mehr oder weniger bewusst für das Rauchen entschieden haben (es gibt nun mal keine rauchenden Babys oder Kleinkinder), in den von ihnen konsumierten Filmen stärker auf Raucher und nehmen diese entsprechend auch be-

FATALER GRIFF ZUM GLIMMSTENGEL

Bringen rauchende Filmstars Kinder und Jugendliche dazu, selbst mit dem gefährlichen Laster zu beginnen?

wusster wahr. Genauso wie jeder Motorradfahrer in einem Film die Zweiradszenen bewusster wahrnimmt, jeder Volkswirt die dargestellten wirtschaftlichen Zusammenhänge, jeder Verliebte die Liebeszenen und so weiter.

Ich glaube, hier wurden mal wieder Ursache und Wirkung verkannt; das heißt, die wahrgenommenen Filmszenen animieren Jugendliche nicht ursächlich zum Rauchen, sondern rauchende Jugendliche nehmen solche Szenen einfach eher war.

GEIST UND KÖRPER BEEINFLUSSEN SICH

In der Rubrik »Noch Fragen?« fasste Katja Gaschler den Wissensstand zum Thema »Psychische Ursachen von Herzkrankheiten« zusammen. (»Zu Herzen genommen«, Heft 5/2007)

Prof. Johann Caspar Rüegg, Hirschberg:

Wie gut, dass nun zunehmend erkannt wird, dass so manche Herzprobleme nicht nur Ausdruck eines Organdefekts, gewissermaßen eines »Maschinenschadens« sind, sondern auch im Zusammenhang mit den biografischen Lebenserfahrungen eines Menschen gesehen werden sollten.

Wie unlängst Ilan Wittstein und Kollegen von der Johns Hopkins University in Baltimore berichteten, kann etwa die

Briefe an die Redaktion ...

... sind willkommen! Schreiben Sie bitte mit Ihrer vollständigen Adresse an: Gehirn&Geist
Frau Ursula Wessels, Postfach 10 48 40, 69038 Heidelberg
E-Mail: leserbriefe@gehirn-und-geist.de
Fax: 06221 9126-729
Weitere Leserbriefe finden Sie unter www.gehirn-und-geist.de/leserbriefe.

Nachricht vom Verlust eines vertrauten und geliebten Lebenspartners bei älteren Menschen, meist Frauen, geradezu ein »Lifestress« sein, der ihnen sogar das »Herz brechen kann« – buchstäblich, indem er eine potenziell tödliche Herzmuskelschwäche hervorruft. Dieses Herzversagen wird als Stress-Kardiomyopathie oder »Broken Heart Syndrome« beziehungsweise (in Japan) auch als Takotsubosyndrom bezeichnet.

Die Symptome sind bedrohlich und machen Angst; denn sie ähneln denen einer akuten Herzattacke zum Verwechseln: Die Erkrankten leiden unter Kurzatmigkeit und Herzschmerzen, die oft in den linken Arm ausstrahlen. Anders als beim Herzinfarkt sind die Herzkranzgefäße nicht verengt beziehungsweise blockiert, und das Herzgewebe ist nicht nekrotisch; die Herzspitze ist allerdings ballonartig erweitert.

Zum Glück erholen sich in der Regel die Betroffenen im Verlauf weniger Tage oder Wochen. Zeigt das Broken Heart Syndrome nicht eindrücklich, wie sehr Geist und Körper aufeinander einwirken?

ABSICHTSLOSE ACHTSAMKEITSPRAXIS

Steve Ayan berichtete über den Siegeszug der Achtsamkeitsmeditation. (»Willkommen im Jetzt!«, Heft 12/2006)

Gideon Franck, Fulda: Im Grunde ist an Achtsamkeit natürlich nichts Neues – aber auch gar nichts. Bevor sie vom Gedanken her in die Psychotherapie einzog, war sie schon Teil vieler religiöser und philosophischer Schulen, die – vor den



GEHIRN & GEIST / EVA KÄHLMANN

Diagnose ADHS

Zuletzt erschienen:



Nachbestellungen unter:
www.gehirn-und-geist.de
oder telefonisch:
06221 9126-743

Psychologen – ja auch den Rat Suchenden (und sich selbst) etwas bieten wollten.

Ein Unterschied, der inzwischen vielleicht etwas in den Vordergrund gerückt ist, ist die Absichtslosigkeit der Achtsamkeitspraxis. Therapie verfolgt immer ein festgelegtes Ziel, deshalb erscheinen Patienten ja überhaupt. Dies ist erst einmal nicht im Sinne der Achtsamkeit, jedoch wird das Prinzip mit einer Reihe von Veränderungstechniken verknüpft – ob sie nun Deutung (Analyse) oder »Tin Can Monster« (ACT) heißen mögen, um zieldienlich zu werden. Das unspezifische Prinzip der Achtsamkeit wird so in den Dienst des Therapieziels gestellt. Trotz seiner Effektivität wird das Prinzip zu einer Technik degradiert, was schade ist. Es ist eben schwierig, Absichtslosigkeit und nichts Tun zu vermitteln, wenn gleich die kognitive Umstrukturierung drangehängt wird (zum Beispiel im MBCT).

Von den heute angebotenen Kursen/Schulungen/Therapiemöglichkeiten auf dem Gesundheitssektor kommt dem ursprünglichen Gedanken die Methode des MBSR wohl am nächsten.

FEHLENDER STOLZ AUF SICH SELBST

Der Mediziner Till Bastian beschrieb Schamgefühle als wesentliche Triebfeder für Gewaltausbrüche bei jungen Menschen. (»Gewaltig geschämt«, Heft 6/2007)

Dr. Rüdiger Posth, Bergisch Gladbach: Scham als Motiv und Antrieb für Gewalttaten ist zwar schwer zu verstehen; wenn man aber bedenkt, welche Kernposition die Scham im Gefühlshaushalt des Menschen einnimmt, wird einem der Zusam-

menhang einsichtig. Stolz und Scham sind die beiden emotionalen Antipoden in der Selbstbeurteilung des Kleinkinds. Von ihrer Bilanz hängt das Wertgefüge der entstehenden Persönlichkeit ab, aber auch die Einstellung zur Wertigkeit der eigenen Handlungen und Taten. Dabei schlägt die Scham auf die Seite der Schuld durch, der Stolz hingegen auf die der Wiedergutmachung oder Unterlassung der (schlechten) Tat.

Aus dieser Psychodynamik entwickelt sich meiner Auffassung nach das Gewissen, welches ob der Unterlassung und/oder Wiedergutmachung Scham (für die schlechte Absicht) in Stolz (auf die Selbstbeherrschung oder Einsicht) verwandelt. Von Stolz geprägte Persönlichkeiten sind dadurch für immer im Vorteil, schambehaftete im Nachteil. Mit Stolz ist wohl gemerkt nicht der überhebliche Stolz des Egomane gemeint, sondern der bescheidene auf die eigene moralische Integrität im Sozialverhalten.

Menschen, die in ihrer Kindheit durch Schmähung, Demütigung, ständige Benachteiligung oder körperliche Gewalt im Zustand der Scham gefangen waren, entbehren lebenslang des Stolzes auf sich selbst. Sie werden leicht zu einer tickenden Zeitbombe. Ihre dauerhaft beschämte Persönlichkeit mit folgerichtig geringer Ausprägung des Gewissens sucht sich in der fortschreitenden Entwicklung der geistigen Kapazität eine Chance, das randvoll gefüllte Fass von Scham auszukippen. Bei schwachen Gewissensimpulsen eskaliert ihr Bedürfnis nach universeller Rache eines Tages bereits bei geringem Anlass. Ein Tropfen weiterer Kränkung bringt das Fass zum Überlaufen.

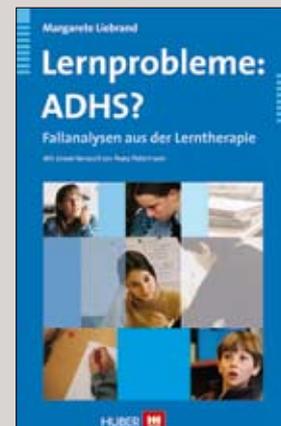


Mit einem Geleitwort von Johanna und Klaus-Henning Krause.
2007. 149 S.,
14 Illustrationen der Autorin, Gb
€ 18,95 /
CHF 29,90
ISBN 978-3-456-84455-8

Doris Ryffel-Rawak

ADHS und Partnerschaft – eine Herausforderung

ADHS ist eine Störung, die den Einzelnen und sein soziales Umfeld völlig zerrütten kann. Als direktes Gegenüber ist am unmittelbarsten der Partner betroffen. Von ADHS geschüttelte Beziehungen müssen jedoch nicht in einem Scherbenhaufen enden.



Mit einem Vorwort von Franz Petermann.
2007. 284 S.,
19 Abb., Kt
€ 19,95 / CHF 32,00
ISBN 978-3-456-84350-6

Margarete Liebrand

Lernprobleme: ADHS? Fallanalysen aus der Lerntherapie

Nicht alles, was auffällt am Verhalten von Kindern, besonders wenn es um das Lernen geht, ist einzig dem Syndrom ADHS zuzuschreiben.

Anhand von verständlichen Fallanalysen wird dargestellt, wie Lernprobleme verstanden und bewältigt werden können.

Erhältlich im Buchhandel oder über
www.verlag-hanshuber.com